

# আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী

যারা মা হতে যাচ্ছেন তাদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

## মাতৃ

এই পুস্তিকাটি আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী সম্বন্ধে আপনাকে তথ্য প্রদান করে। অনুগ্রহ করে এটি নিরাপদে রাখুন এবং আপনার ধাত্রী বা ডাক্তারের সাথে অথবা হাসপাতালে যেকোনো অ্যাপয়েন্টমেন্টে এটি সাথে নিয়ে আসুন।

হাসপাতালের স্টিকার

টেলিফোন: \_\_\_\_\_

GP: \_\_\_\_\_

## আপনার ধাত্রীর বিস্তারিত তথ্য

আপনার ধাত্রীর নাম: \_\_\_\_\_

যোগাযোগের নম্বর: \_\_\_\_\_

টিম স্টিকার

# আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী

যারা মা হতে যাচ্ছেন তাদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

## মাতৃ

### হাসপাতালের বিস্তারিত তথ্য

যে হাসপাতাল বুক করা হয়েছে: \_\_\_\_\_

প্রসবপূর্ব ক্লিনিক: \_\_\_\_\_

ডেলিভারি স্যুটে: \_\_\_\_\_

কমিউনিটি অফিস: \_\_\_\_\_

### কম ঝুঁকিতে রয়েছেন এমন মহিলাদের জন্য সর্বনিম্ন সংখ্যক অ্যাপয়েন্টমেন্ট

অ্যাপয়েন্টমেন্ট	শুধু প্রথমবার গর্ভধারণের সময়	আগে যদি আপনি কখনো গর্ভধারণ করে থাকেন
বুকিং	✓	✓
ডেটিং স্ক্যান	✓	✓
16 সপ্তাহ	✓	✓
অস্বাভাবিকতা স্ক্যান	✓	✓
25 সপ্তাহ	✓	
28 সপ্তাহ	✓	✓
31 সপ্তাহ	✓	
34 সপ্তাহ	✓	✓
36 সপ্তাহ	✓	✓
38 সপ্তাহ	✓	✓
40 সপ্তাহ	✓	
41 সপ্তাহ	✓	✓

আপনার যদি স্বাস্থ্যগত কোনো সমস্যা থাকে বা গর্ভাবস্থায় কোনো ধরনের সমস্যার উদ্ভব হয়, তাহলে আপনি এর থেকে আরও বেশিবার সাক্ষাৎ করতে পারেন।

# আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী

যারা মা হতে যাচ্ছেন তাদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

## মাতৃ

### আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট

তারিখ	সময়	কোথায়	কারণ	কার সাথে

আপনার যদি কোনো অ্যাপয়েন্টমেন্ট পরিবর্তন করতে হয় তাহলে অনুগ্রহ করে টেলিফোন করুন:

হাসপাতালে অ্যাপয়েন্টমেন্ট: \_\_\_\_\_

কমিউনিটিতে অ্যাপয়েন্টমেন্ট: \_\_\_\_\_

### আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টের সময় কী আনতে হবে

অনুগ্রহ করে প্রতিটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের সময় আপনার মূত্রের একটি নমুনা নিয়ে আসবেন যেন আপনার কোনো ধরনের জটিলতা রয়েছে কিনা তা পরীক্ষা করা যায়। আপনি আপনার প্রসবপূর্ব ক্লিনিক বা আপনার GP সার্জারির অভ্যর্থনা ডেস্ক থেকে মূত্রের নমুনা সংগ্রহের একটি পাত্র নিতে পারেন।

### আপনার প্রথম স্ক্যান

আপনি যখন 10 - 14 সপ্তাহের গর্ভবতী থাকেন তখন আপনার স্ক্যান করার জন্য আপনাকে ডাকযোগে একটি চিঠি পাঠানো হবে। এই স্ক্যানটি আপনার গর্ভাবস্থা, বাচ্চার সংখ্যা এবং সন্তান জন্মদানের প্রত্যাশিত সময় নিশ্চিত করবে। আপনার শিশুর ডাউন'স সিনড্রোম (Down's Syndrome) হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে কিনা তা দেখার জন্য আপনাকে একটি পরীক্ষা করার জন্য বলা হবে। এই বিষয়ে আপনার ধাত্রী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

# আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী

যারা মা হতে যাচ্ছেন তাদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

## মাতৃ

আপনি যদি অ্যাপয়েন্টমেন্টের কোনো চিঠি না পান, তাহলে অনুগ্রহ করে প্রসবপূর্ব অ্যাপয়েন্টমেন্টস হাব-এ 0121 507 4388 নম্বরে ফোন করুন।

## যেসব উপসর্গসমূহ রিপোর্ট করতে হবে

আপনি যদি 6 - 15 সপ্তাহের গর্ভবতী হন এবং আপনার নিচের যেকোনো উপসর্গ দেখা যায়, তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার GP বা নিকটস্থ জরুরী বিভাগে (ED) চলে যাবেন।

আপনি যদি 16 - 25 সপ্তাহের গর্ভবতী হন এবং আপনার নিচের যেকোনো উপসর্গ দেখা যায়:

- পেটে ব্যাথা হওয়া
- আপনার যোনি থেকে রক্তক্ষরণ হওয়া
- আপনার পানি ভেঙে যাওয়া
- তীব্র মাথাব্যথা হওয়া
- দৃষ্টি ঝাপসা হয়ে আসা
- ভালো হয়না এমন চুলকানি হওয়া, বিশেষ করে আপনার হাতে ও পায়ে
- আপনার বাচ্চা যথেষ্ট পরিমাণে নড়াচড়া না করা (যখন আপনি আপনার বাচ্চার নড়াচড়া অনুভব করা শুরু করেন)

## তাহলে অনুগ্রহ করে যোগাযোগ করুন

সিটি হাসপাতাল (City Hospital): \_\_\_\_\_

স্যান্ডওয়েল হাসপাতাল (Sandwell Hospitals): \_\_\_\_\_

## আপনার প্রসব পরিকল্পনা

অনুগ্রহ করে স্বচ্ছন্দে এখানে আপনার চিন্তাভাবনা ও ধারণাসমূহ লিখুন বা আপনার প্রসব পরিকল্পনা সংযুক্ত করুন:

## আরও তথ্য ও সহায়তা

### অ্যালকোহল, মাদক ও ধূমপান

ড্রিংকলাইন (Drinkline) 0300 123 1110

ফ্র্যাঙ্ক ড্রাগস হেল্পলাইন (FRANK drygs helpline) 0300 123 6600

NHS স্মোকিং হেল্পলাইন (NHS Smoking Helpline) 0300 123 1044

### বাচ্চাকে বুকের দুধ খাওয়ানো (Breastfeeding)

লা লিশে লিগ ব্রেস্টফিডিং (La Leche League Breastfeeding) 0845 120 2918

ন্যাশনাল ব্রেস্টফিডিং হেল্পলাইন (National Breastfeeding Helpline) 0300 100 0212

ব্রেস্টফিডিং কমিউনিটি সার্ভিস (Breastfeeding Community Service) - 0121 622 6603

# আপনার প্রসবপূর্ব সাক্ষাৎ-সূচী

যারা মা হতে যাচ্ছেন তাদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

## মাতৃ

### স্বাস্থ্য বিষয়ক পরামর্শ

NHS চয়েসেস (NHS Choices) [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

NHS ডিরেক্ট (NHS Direct) 111

### গর্ভাবস্থা ও শিশুর জন্মদান

প্রসবপূর্ব ফলাফল ও পছন্দসমূহ (Antenatal Results and Choices) 0845 077 2290

মিডওয়াইভস অনলাইন (Midwives Online) [www.midwivesonline.com](http://www.midwivesonline.com)

ন্যাশনাল চাইল্ডবার্থ ট্রাস্ট (National Childbirth Trust) 0300 330 0700

### অন্যান্য প্রতিষ্ঠানসমূহ

ন্যাশনাল ডমেস্টিক ভায়োলেন্স হেল্পলাইন (National Domestic Violence Helpline) 0808 2000 247

## আরও তথ্য

আমাদের হাসপাতাল ও পরিষেবাসমূহ সম্পর্কে আরও জানতে অনুগ্রহ করে আমাদের ওয়েবসাইটগুলো দেখুন  
[www.swbh.nhs.uk](http://www.swbh.nhs.uk), টুইটারে আমাদেরকে অনুসরণ করুন @SWBHnhs ফেসবুকে আমাদেরকে লাইক দিন  
[www.facebook.com/SWBHnhs](http://www.facebook.com/SWBHnhs)

## এই প্রচারপত্রে ব্যবহৃত তথ্যাবলীর উৎসসমূহ

- ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট ফর হেলথ অ্যান্ড ক্লিনিক্যাল এক্সিলেন্স, CG62, 'Antenatal care: routine care for the healthy pregnant woman', মার্চ 2008

এই লিফলেটটির সংশোধন বা উন্নয়নের জন্য যদি আপনি কোনো পরামর্শ দিতে চান, তাহলে অনুগ্রহ করে জনসংযোগ বিভাগের সাথে 0121 507 5495 নম্বরে যোগাযোগ করুন অথবা [swb-tr.swbh-gm-patient-information@nhs.net](mailto:swb-tr.swbh-gm-patient-information@nhs.net) ঠিকানায় ইমেইল করুন।



ইউনিভার্সিটি অব বার্মিংহামের একটি শিক্ষা ট্রাস্ট

এতে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে সিটি, স্যান্ডওয়েল ও রাউলি রিজিস হাসপাতাল

© স্যান্ডওয়েল অ্যান্ড ওয়েস্ট বার্মিংহাম হসপিটালস এনএইচএস ট্রাস্ট

ML5120

ইস্যুর তারিখ: ফেব্রুয়ারি 2015

পর্যালোচনার তারিখ: ফেব্রুয়ারি 2018